„Daciada", în plină desfășurare !

PROGRAMUL COMPETIȚIILOR DE MASĂ ȘI DE PERFORMANȚĂ PE LUNA AUGUST

Ca și celelalte luni ale sezonului estival, și august va avea înscrise pe agenda sa o serie de concursuri și competiții care se vor desfășura sub însemnele marii întreceri naționale „Daciada". Este vorba de acțiuni de amploare din sportul de masă și de performanță care vor reuni la start mii de tineri și tinere din toate județele țării.

Iată principalele întreceri care vor avea loc în luna ce începe chiar astăzi :

ÎN SPORTUL DE MASĂ

● **OINĂ : „Cupa speranțelor"** (10—14 ani), finala, 4—6 VIII, **Mangalia** ; cat. peste 19 ani, zone, 5—6 VIII, **București, Bistrița, Giurgiu, P. Neamț, Oradea, Slatina, Tg. Jiu, Vaslui** ; finală, 11—13 VIII, **Slobozia.**

● **FOTBAL** : peste 19 ani, zone, 5—6 VIII, **Alba Iulia, București, Drobeta Tr. Severin, Galați, P. Neamț, Sibiu, Slobozia, Tg. Mureș ; „Cupa speranțelor"**, finală, 28—31 VIII, **Constanța.**

● **LUPTE GRECO-ROMANE : „Cupa U.N.C.A.P."**, zone, 5—6 VIII, **Bistrița, Buzău, Hunedoara, Tg. Jiu, Vaslui** ; finală, 27—29 VIII, **Girbovi** — jud. Ilfov.

● **HANDBAL** : cat. peste 19 ani, zone, 5—6 VIII, **Arad, Alexandria, Bacău, București, Drobeta-Tr. Severin, Satu Mare, Suceava, Zalău.**

● **GIMNASTICĂ** (7—14 ani), finală, 9—12 VIII, **București.**

● **MOTOCICLISM** (peste 18 ani), finală, 13 VIII, **București.**

● **KARTING, „Cupa U.T.C."** (14—19 ani), finală, 26—27 VIII, **Roman** — jud. Neamț.

● **POPICE** (peste 19 ani), finală, 26—27 VIII, **Brașov.**

● **MODELISM, „Cupa U.T.C."** (14—19 ani), finală, 28—30 VIII, **Suceava.**

● **CICLOTURISM.** Circuitul pentru tineret, finală, **august.**

ÎN SPORTUL DE PERFORMANȚĂ

● **CICLISM**, Contratimp, echipe, șosea — juniori, finală, 2 VIII, **Tg. Mureș** ; Contratimp, individual, șosea — juniori, finală, 6 VIII, **Tg. Mureș** ; Fond, individual, șosea — juniori, finală 8 VIII, **Tg. Mureș** ; Velodrom, seniori-juniori, finală, 14—20 VIII, **București.**

● **TENIS**, Seniori, finală, 7—13 VIII, **București.**

● **ÎNOT** (juniori, băieți — 14 ani, fete — 12 ani), finală, 10—13 VIII, **Reșița.**

● **SĂRITURI ÎN APĂ** (juniori, b+f), finală, 10—13 VIII, **Brăila.**

● **LUPTE GRECO-ROMANE** (juniori), finală, 11—13 VIII, **Arad.**

● **SCRIMĂ** (seniori, b+f), finală, 14—15 VIII, **București.**

● **CANOTAJ** (juniori, b+f), finală, 4—16 VIII, **Snagov.**

● **LUPTE LIBERE** (juniori), finală, 15—17 VIII, **Timișoara.**

● **RUGBY** (seniori—juniori), finală, 15—19 VIII, **București.**

● **HANDBAL**, finală, 16—20 VIII, fete — **Vaslui** ; băieți — **Brăila.**

● **HALTERE** (seniori), finală, 17—20 VIII, **Cluj-Napoca.**

● **JUDO** (juniori), finală, 18—20 VIII, **București.**

● **ATLETISM** (juniori II, b+f), finală, 18—20 VIII, **Craiova.**

● **CAIAC-CANOE** (juniori), finală, 29—31 VIII, **Snagov** ; seniori, finală, 31 VIII, **Snagov.**

Medicina sportivă românească la jumătatea ciclului olimpic

ACOMODAREA CU... ALTITUDINEA SUPERPERFORMANȚEI !

...Ce repede fuge timpul ! Parcă ieri trăiam, în fața televizoarelor, frumoasele nopți ale Montrealului, admirînd zborurile de rîndunică ale Nadiei Comăneci și iată, acum, calendarul ne bate la ușă, anunțînd că jumătate din intervalul olimpic a și fost străbătut, că „ecuatorul" s-a trecut, că pînă la Jocurile de la Moscova și Lake Placid au rămas mai puțin de doi ani !

Reprezentarea demnă, cu succes, a tricolorului în marea competiție constituie un obiectiv prioritar al sportului românesc, o sarcină de înaltă responsabilitate a specialiștilor implicați în pregătirea sportivilor olimpici.

Dintre organismele a căror contribuție este socotită a fi de cea mai mare însemnătate în vasta campanie olimpică face parte și medicina sportivă. La această oră, pretutindeni în lume, relația SPORTIV-ANTRENOR-MEDIC a devenit un triptic hotărîtor în obținerea marii performanțe.

Așadar, la jumătatea ciclului olimpic, ce a realizat medicina sportivă românească în procesul de pregătire a loturilor noastre reprezentative și ce își propune ea în intervalul care a mai rămas pînă la marele start ?

Interlocutorul nostru pe această temă de stringentă actualitate este conf. univ. dr. **Ioan Drăgan**, directorul Centrului de medicină sportivă.

— **Se afirmă des, în ultima vreme, că rezultatele luptei sportive din arenă sînt și ecoul întrecerii ce se dă în... laborator, între medici, biologi, fiziologi și alți specialiști din aceste domenii.**

— Fără îndoială că, la această oră, există o vastă știință a sportului, în care medicina, cu toate ramurile ei de cercetare teoretică și activitate practică, este cît se poate de implicată. Fiecare din Olimpiadele și marile competiții ale ultimelor două decenii au pus în fața cercetătorilor probleme biomedicale de mare însemnătate: **acomodarea cu altitudinea, acomodarea la fusul orar, recuperarea și refacerea după efort, alimentația** și altele. Dacă Olimpiada de la Ciudad de Mexico a ridicat problema acomodării la altitudinea orașului care găzduia întrecerile, Olimpiada moscovită ridică și ea o problemă de... altitudine. **Este vorba însă de altitudinea superperformanței, spre care se îndreaptă cu pași rapizi sportul mondial contemporan.** Astăzi se ating pe stadion rezultate cu puțin timp în urmă incredibile și în pregătirea sportivilor pentru realizarea unor asemenea valori participarea medicinei și a medicului este hotărîtoare.

— **Ce s-a întreprins, practic, în această direcție ?**

— Eforturile noastre, puse la cele mai diferite capitole, mărturisesc, elaborarea unor metodologii noi, activitatea de educație medico-sanitară a sportivilor.

— **La primul punct ?**

— Numai în acest semestru **au fost efectuate circa 160 000** de investigații funcționale, consultații clinice și proceduri de recuperare cu sportivii olimpici. Perioada ultimilor doi ani a fost caracterizată prin creșterea contribuției cercetării și valorificarea rapidă a concluziilor la care s-a ajuns în dirijarea procesului de antrenament-competiție-refacere.

— **Care au fost, în această perioadă, principalele teme spre care s-au canalizat eforturile corpului de medici sportivi și ce se va urmări în viitor ?**

— Cercetările noastre, urmate de decizii practice neîntîrziate, au vizat cu precădere următoarele domenii :

● elaborarea și introducerea în pregătire a unor metodologii de refacere ;

● elaborarea unor norme de alimentație modernă, rațională, diferențiată pe ramuri de sport și genuri de efort, cu rol favorizant în obținerea marii performanțe ;

● studierea unor noi metodologii, rapide și eficiente, pentru recuperarea unor traumatisme.

Și, în aceeași ordine de idei:

● diferențierea, pe ramuri de sport, a refacerii după efort și — mai ales — în timpul competițiilor.

— **Ne-ați vorbit despre activitatea de educație sanitară a sportivilor. Cum s-a desfășurat ea ?**

— Noi tindem, și sîntem pe punctul de a ajunge acolo, **ca sportivul să fie primul său... doctor.** Să aibă noțiuni avansate de autocontrol, să fie înarmat cu convingerea că munca de pregătire, conștiinciozitatea, dăruirea, viața rațională sînt principalele elemente ale marii performanțe. Cu titlu de curiozitate, dar în spiritul acestei idei, pot să vă spun că toate cele peste 200 **de controale anti-doping efectuate au fost negative.** Ceea ce demonstrează creșterea nivelului de conștiință la campionii noștri.

— **Este cu totul notabilă orientarea existentă în activitatea centrului și anume aceea de a axa cercetarea științifică pe teme de mare actualitate practică. Ce lucrări s-au realizat în acest interval ?**

— Aș începe cu ampla monografie **„Criteriile de selecție medico-biologică pentru sportivii de performanță"**, temă abordată la noi în premieră. Aș adăuga două volume, și ele de mare actualitate : **„Cura de altitudine"** și **„Refacerea după efort"**, precum și numeroasele comunicări, la al 21-lea Congres de medicină sportivă (Rio de Janeiro, 6—13 septembrie), la al 4-lea Congres balcanic (Craiova, 2—4 noiembrie), la congresele medicale ale federațiilor internaționale de scrimă și gimnastică. Îmi face o deosebită plăcere să subliniez climatul de colegialitate, colaborare, stimă și ajutor reciproc care guvernează activitatea acestor distinse organisme. La urma urmei, dincolo de recorduri, medalii, puncte și clasamente, pînă la urmă, în acest timpul afectat reuniunii s-a redus cu aproape o oră, latura spectaculară (și credem că și cea competițională) n-a avut de cîștigat, iar alergările au oferit dispute pasionante cu sosiri strînse (au excelat cele din premiul Memorial Mărăști, Mediaș) și cîștigători serioși, constatăm cu bucurie, ca și în anii precedenți, ai unor atleți de certă valoare, ca Ion Tabîrcă, Ion Ene, Ion Cîmpeanu, Ion Cosma, Ion Cîrstea, Ion Cîrstea, Ion Cîrstea